

Merluza en salsa de avellanas



Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Diana1979



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Segundo plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Casera

Coste: Medio

Descripción:

Una forma otoñal, fácil y diferente de preparar la merluza

Ingredientes para 4 personas :

- 4 Lomos de merluza
- 4 Dientes de ajo
- Harina
- 250ml de Caldo de pescado
- 150g de Avellanas peladas
- Aceite de oliva
- Perejil
- Sal

Preparación:

Paso 1

Machacamos en el mortero la mitad de las avellanas, la otra mitad las partimos en dos y reservamos. Salamos los lomos de merluza y los enharinamos. Laminamos los ajos.

Paso 2

En una cazuela echamos un buen chorro de aceite y cuando este caliente añadimos el ajo y las avellanas partidas a la mitad, para que se doren.

Paso 3

Ponemos la merluza con la piel hacia arriba y la dejamos 3 minutos, luego le damos la vuelta dejamos otros 3 minutos y añadimos el caldo de pescado y las avellanas molidas. Bajamos el fuego y lo dejamos unos 10 minutos cociendo tapado.

Paso 4

Sacamos los lomos con la salsa y presentamos con el perejil

